

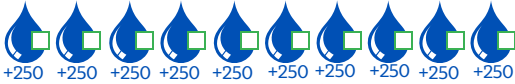













TÝDENNÍ TRÉNINKOVÝ PLÁN

NUTRICE		PITNÝ REŽIM		VÁHA	
Po	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
Út	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
St	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
Čt	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
Pá	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
So	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Yesterday: _____ Today: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		
Ne	<input type="checkbox"/> Snídaně: _____ <input type="checkbox"/> Oběd: _____ <input type="checkbox"/> Večeře: _____ <input type="checkbox"/> Svačina: _____	  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Včera: _____ Dnes: _____ Doba cvičení: _____ Spálené kalorie: _____ Doba spánku: _____		